



pilates

pilates K センター北店 Lesson Schedule

更新日2024/2/21

2024/3/1~2024/3/15

	3月1日(金)	3月2日(土)	3月3日(日)	3月4日(月)	3月5日(火)	3月6日(水)	3月7日(木)	3月8日(金)	
10:30	Close	Close	Close	Close	10:30~11:30 Basic anna	10:30~11:30 Waist Minami		10:30~11:30 Basic Minami	
12:00					12:30~13:30 Back&Arm Miku.I	12:30~13:30 Basic anna		12:30~13:30 Hip&Leg Miku.I	
13:30									
15:00									
17:00									
18:00					18:00~19:00 Hip&Leg anna	18:00~19:00 Back&Arm Miku.I		18:00~19:00 Basic Alice	18:00~19:00 Waist anna
19:30									
21:00					20:30~21:30 Waist Minami	20:30~21:30 Hip&Leg Minami		20:30~21:30 Stretch&Conditioning anna	20:30~21:30 Back&Arm Yuuna

	3月9日(土)	3月10日(日)	3月11日(月)	3月12日(火)	3月13日(水)	3月14日(木)	3月15日(金)		
10:30	10:30~11:30 Basic anna	10:30~11:30 Hip&Leg Miku.I	Close	10:30~11:30 Hip&Leg Miku.I	10:30~11:30 Waist Minami		10:30~11:30 Back&Arm Miku.I		
12:00	12:30~13:30 Back&Arm Minami	12:30~13:30 Basic Yachi		12:30~13:30 Waist Minami	12:30~13:30 Hip&Leg Eri		12:30~13:30 Basic anna		
13:30	14:30~15:30 Stretch&Conditioning anna	14:30~15:30 Back&Arm Miku.I		16:30~17:30 Stretch&Conditioning Yachi					
15:00	17:00~18:00 Hip&Leg Miku.I								
17:00				18:00~19:00 Back&Arm Minami	18:00~19:00 Basic Eri		18:00~19:00 Hip&Leg anna	18:00~19:00 Waist anna	
18:00									
19:30									
21:00					20:30~21:30 Basic anna		20:30~21:30 Stretch&Conditioning anna	20:30~21:30 Waist anna	20:30~21:30 Hip&Leg Miku.I

- ・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
 - ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。
 - ・レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。
- ※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。



pilates

pilates K センター北店 Lesson Schedule

2024/3/16~2024/3/31

	3月16日(土)	3月17日(日)	3月18日(月)	3月19日(火)	3月20日(水)	3月21日(木)	3月22日(金)	3月23日(土)		
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg Miku.I	10:30~11:30 Back&Arm Miku.I	Close	10:30~11:30 Waist Minami	10:30~11:30 Basic U.		10:30~11:30 Hip&Leg anna	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Minami		
12:00										
	12:30~13:30 Waist Minami	12:30~13:30 Basic Alice			12:30~13:30 Hip&Leg Miku.I		12:30~13:30 Back&Arm Miku.I		12:30~13:30 Stretch&Conditioning Miku.I	12:30~13:30 Basic U.
13:30										
	14:30~15:30 Back&Arm Miku.I	14:30~15:30 Hip&Leg Miku.I					14:30~15:30 Waist anna			14:30~15:30 Waist Minami
15:00										
		16:30~17:30 Waist Alice								
17:00	17:00~18:00 Basic Alice						17:00~18:00 Hip&Leg Miku.I			17:00~18:00 Basic U.
18:00					18:00~19:00 Stretch&Conditioning anna			18:00~19:00 Waist anna	18:00~19:00 Basic U.	
19:30										
21:00				20:30~21:30 Basic U.		20:30~21:30 Stretch&Conditioning Minami	20:30~21:30 Back&Arm Minami			

	3月24日(日)	3月25日(月)	3月26日(火)	3月27日(水)	3月28日(木)	3月29日(金)	3月30日(土)	3月31日(日)		
10:30	10:30~11:30 Waist anna	Close	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Minami	10:30~11:30 Hip&Leg anna		10:30~11:30 Back&Arm Miku.I	10:30~11:30 Waist Minami	10:30~11:30 Basic U.		
12:00										
	12:30~13:30 Back&Arm Minami			12:30~13:30 Basic U.		12:30~13:30 Waist Minami		12:30~13:30 Stretch&Conditioning anna	12:30~13:30 Hip&Leg Miku.I	12:30~13:30 Waist anna
13:30										
	14:30~15:30 Basic U.								14:30~15:30 Basic U.	14:30~15:30 Stretch&Conditioning Miku.I
15:00										
	16:30~17:30 Hip&Leg anna									16:30~17:30 Hip&Leg Minami
17:00									17:00~18:00 Back&Arm Miku.I	
18:00				18:00~19:00 Waist Minami		18:00~19:00 Back&Arm Miku.I	18:00~19:00 Stretch&Conditioning anna	18:00~19:00 Basic U.		
19:30										
21:00			20:30~21:30 Hip&Leg anna	20:30~21:30 Basic U.	20:30~21:30 Back&Arm Miku.I	20:30~21:30 Waist Minami				

STUDIO INFO

☎専用ダイヤル：0570-050-055

受付時間：9:00~18:00

※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。インターネットからのご予約をご利用下さい(24時間受付)